

西点军校：学员从“立正”开始，就必须接受野外生存训练



图解



野外生存手册

教你学会在各种险恶处境中的求生之道

经典插图本

全彩珍藏版



野外求生技能的全面解读
个人安全保障的必备手册

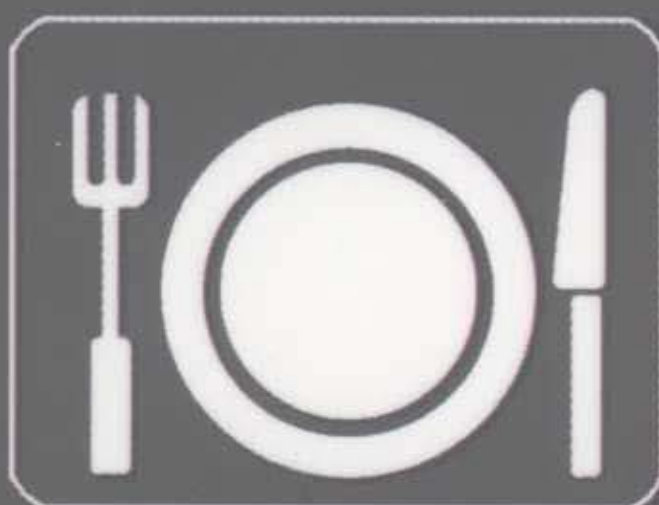
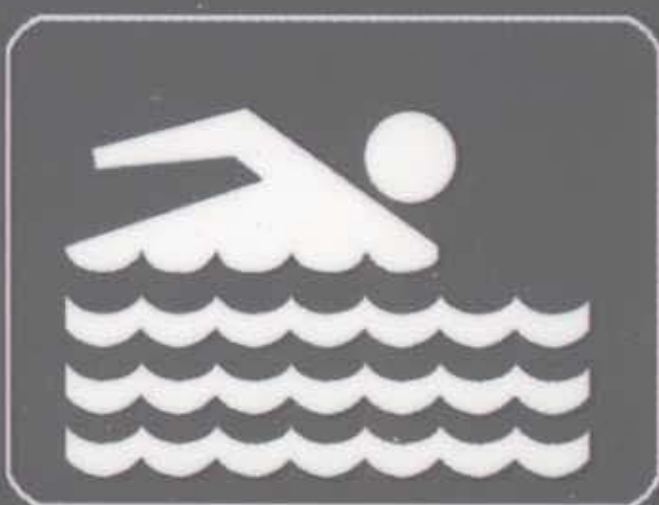
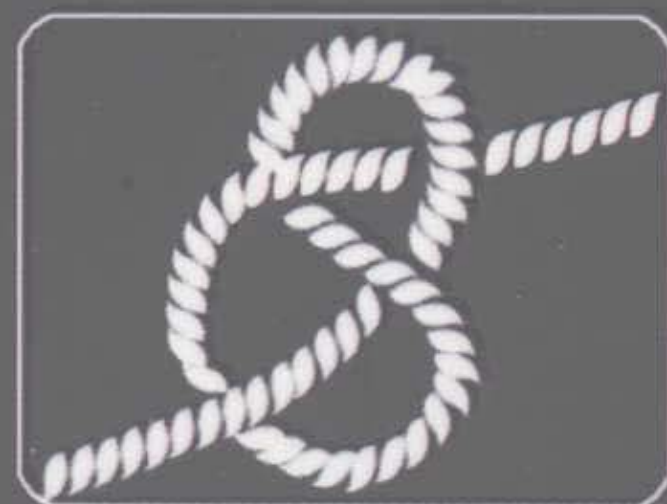
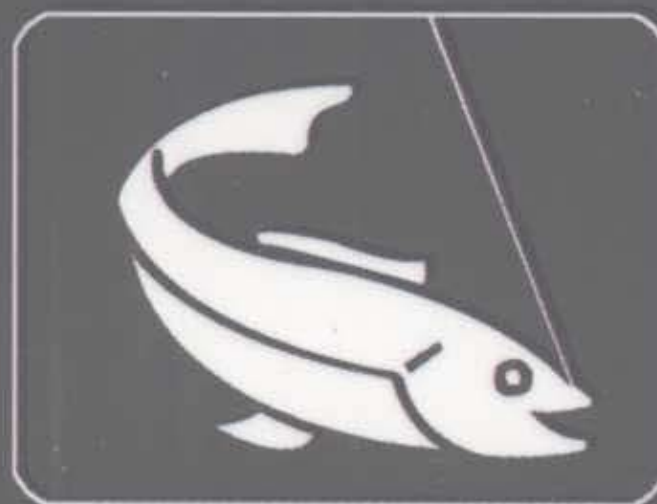
亮点人文馆 005

李卫 ● 编著

- 从衣、食、住、行、自救与营救等方面，系统讲解野外生存的原则和方法。
- 900幅生动的手绘插图，详细展示野外生存方法的细节与要领。
- 实用全面，直观明了，轻松掌握野外生存知识。




九州出版社
JIUZHOU PRESS



图解

野外生存手册

亮点
人文馆 005

九州出版社
JIUZHOU PRESS

图书在版编目(CIP)数据

图解野外生存手册 / 李卫编著; 马星绘. —北京:
九州出版社, 2009. 1
ISBN 978-7-80195-949-2

I. 图… II. ①李…②马… III. 野外生存—
图解 IV. G895-64

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 003051 号

图解野外生存手册

作 者 李卫 编著 马星 绘
出版发行 九州出版社
出 版 人 徐尚定
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号(100037)
发行电话 (010)68992190/2/3/5/6
网 址 www.jiuzhoupress.com
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com
印 刷 中印联印务有限公司
开 本 710×1000 毫米 16 开
印 张 20
字 数 253千字
版 次 2009 年 5 月第 1 版
印 次 2009 年 5 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-80195-949-2
定 价 68.00 元

★ 版权所有 侵权必究 ★

目录

编者序.....8

第 1 章 野外生存装备

1.衣物.....	14
2.帐篷.....	20
3.背包.....	24
4.睡袋.....	26
5.工具.....	30
6.急救包.....	34
7.其他准备.....	36
8.绳索.....	40

第 2 章 野外扎营

1.选择营地.....	56
2.搭建帐篷.....	58
3.底身场所.....	64
4.露营生活.....	76

第 3 章 野外饮食

1.饮水的解决.....	84
2.食物的来源.....	94
3.捕猎动物.....	130
4.烹制食物.....	152

第 4 章 野外行进

1.定位与辨向.....	164
2.天气预测.....	176
3.徒步行进.....	184
4.驾车行进.....	204

第 5 章 野外急救

- 1. 野外急救方法·····214
- 2. 常见疾病的防治·····240

第 6 章 求救与营救

- 1. 求救信号·····246
- 2. 搜寻·····254
- 3. 水中救生·····256

第 7 章 海上生存

- 1. 海上漂流·····262
- 2. 海上饮食·····268
- 3. 海上安全·····274

附录 灾难自救

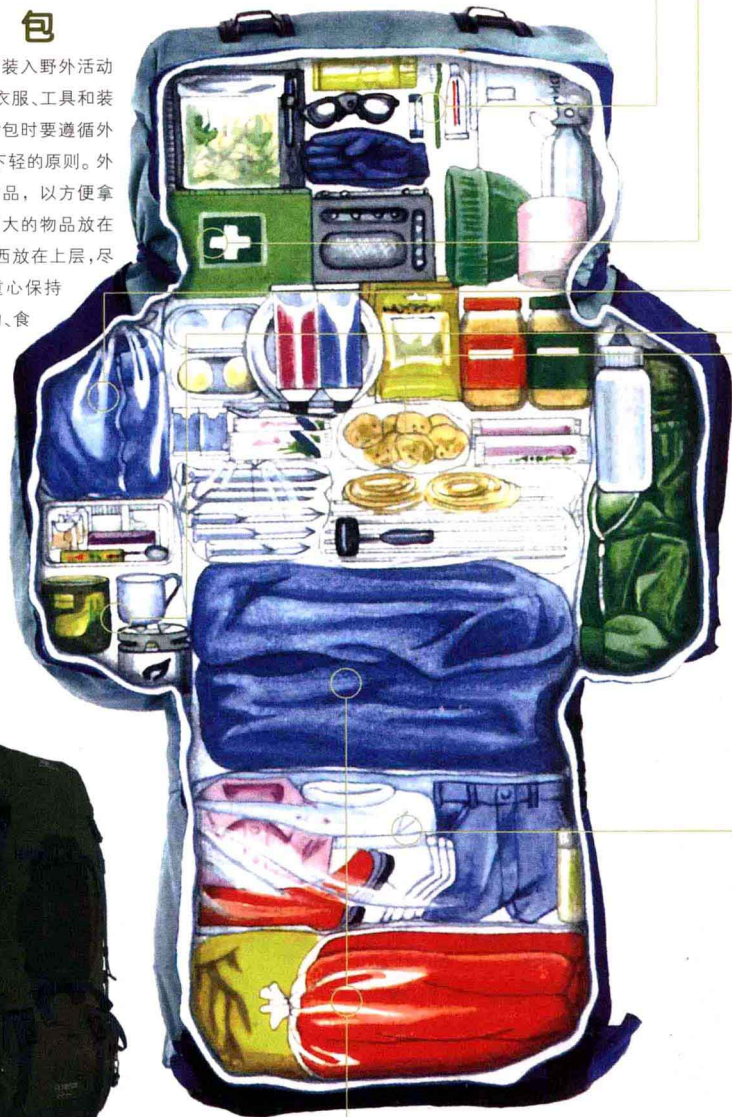
- 1. 地震·····280
- 2. 火灾·····286
- 3. 水灾·····290
- 4. 雪灾·····292
- 5. 滑坡·····294
- 6. 泥石流·····296
- 7. 台风·····298
- 8. 沙尘暴·····302
- 9. 海啸·····304
- 10. 雷电·····306
- 11. 火山·····308
- 12. 雪崩·····310
- 13. 交通事故·····312
- 14. 核化事故·····316

野外生存基本装备

合适的装备是野外人身安全的保证,不仅能够很大程度降低意外发生的可能性,也能帮你应付突然而至的危急性。市面上的户外装备五花八门,令人眼花缭乱,一些华而不实的装备对于野外生存实际上起到的作用很小,有的甚至完全是一个摆设,因此,在选择装备的时候,一定要选用那些求生时能够真正派上用场的装备。

背包

背包中可装入野外活动所需的食品、衣服、工具和装备等。装填背包时要遵循外急内缓、上重下轻的原则。外袋放急需的物品,以方便拿取;轻且体积大的物品放在下层,重的东西放在上层,尽量将背包的重心保持在上层。衣物、食品、盥洗用品、急救包等怕湿的物件要装入塑料袋后再放入背包中。背包外部不要捆绑其他东西,以防损坏或遗失。



工具

工具是野外生存必不可少的装备,它不仅能帮助你在野外更轻松地宿营、行进、获取饮水和食物,还能帮你平安渡过意外和危险。



小刀



地图

纸质地图要小心保存,注意防水防火。



手电筒

手电筒是野外夜间活动不可缺少的工具。



望远镜

选择尺寸较小却耐用的产品。



指南针

指南针是确认方向和使用地图的重要工具。



GPS 接收器

GPS 接收器可以显示地理坐标和大概高度;显示步行速度、方向,还能预测到达目的地的时间。



太阳镜

在阳光强烈的地方,比如沙漠、雪地、海洋上,需要一副太阳镜来保护眼睛免受强光灼伤。



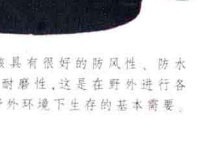
手套

在寒冷的天气里,一双厚手套是必不可少的;而在干活时,一双厚手套则能很好地保护你的双手。



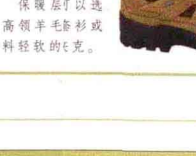
袜子

外套应该具有很好的防风性、防水性、透气性和耐磨性,这是在野外进行各种活动和在野外环境下生存的基本需要。



徒步鞋

一双合适的鞋,不仅让你的行走更为轻松省力,而且能够很好地保护双脚。



毛绒外套

保暖层可以选择高领羊毛衫或质料轻软的t克。



大弯刀

该刀头重尾轻,前宽后窄,背厚刃薄,抡砍时力量集中在刀的前部,具有很大的杀伤力,非常适合在丛林中进行时开路使用。



线锯

线锯由细金属丝构成,能够锯断小型树干和较粗的树枝。但它比较精细,容易损坏,使用时要小心。



防水火柴

防水火柴的头部包有蜡,能够保持火柴头的干燥。



放大镜

放大镜可以用来聚焦日光点火。



绳索

绳索是野外生存的必备工具。绳索的用途很广,建造营地、攀登山崖、制作木筏、猎捕动物、捆绑装备,乃至急救都离不开它。



鱼钩

铅坠

钓线



别针

浮标

钓线

炊具和餐具

野外使用的炉具和餐具应以轻便、结实为原则,在携带和使用时一定要注意炉具的安全和餐具的卫生。



不锈钢饭盒

在野炊时既可以作为保存食物的工具,又可以作为锅来使用。



简易炉具

选择结实轻便的炉具,小心使用,谨防碰撞。



餐具

餐具要保持干净,以免受到污染影响人的健康。



水杯

选择轻便结实的塑料水杯。



金属水壶

铝制水壶轻便结实,但要注意在低温下使用时,要避免瓶内水结冰,将水壶撑破。

帐篷和睡袋

帐篷和睡袋是野外宿营的重要装备。帐篷能为你提供的一个挡风遮雨,保暖御寒的临时场所;睡袋能让你睡得更温暖舒适。



睡袋

睡袋是野外宿营必备的装备,睡袋的质量直接影响到你的睡眠质量,进而影响你的精神状态和体力状况。一个好的睡袋能让你获得良好休息的同时,更有助于缓解你的压力,调节你的精神状态。



睡袋

睡袋能够使你免受地面湿气和冷气的侵袭,使你免受地面湿气和冷气的侵袭,使你免受地面湿气和冷气的侵袭。



营柱



营绳



营钉



帐篷

帐篷是在野外扎营最常用的装备,它能挡风遮雨,保暖御寒,为出行的人提供一个暂时的居所。一个好的帐篷应该具有坚固耐用,携带方便,重量轻,防潮等特点。

盥洗用品

将个人卫生用品放在盥洗包内,一方面可以避免遗失,另一方面也能够保持器具的卫生。



盥洗包



唇膏



防晒乳



牙膏牙刷



香皂



毛巾

大的毛巾可以分成数块,分别用来洗脸和擦汗。

急救包

急救包是野外活动时必不可少的装备,当你在野外受伤或患病时,它不仅能缓和你的伤情或病症,甚至是性命攸关时刻的救命稻草。



食物

野外出行时应备上一些便携、食用方便、易保存的食物。当野外无法获取食物时,它能缓解你的一时之忧。



土豆

糖果

水果罐头

糖包

茶包

肉肠

自然灾害

我们通常只是在电视、广播等媒体上了解到各种自然灾害,很少想到灾难可能会降临到自己头上,其实,类似的灾害在很多地区都很普遍,在这些地区尤其要谨慎。你必须随时留意当地警讯,尤其是当地的广播电台。

地震

地震是最可怕的自然灾害,它具有突发性和不可预测性,频度高,破坏性巨大,并产生严重次生灾害。地震发生时,要遵循“伏而待定”的求生原则,不可急于外逃,而要躲在坚固的墙边或角落下,等待地震过去。在户外要趴在空旷的地面上,不要跑,以防摔倒或掉入裂缝中,待地震缓和后爬到山顶;如果正在开车,必须尽快安全地停车,并留在车内。

森林大火

森林火灾是一种突发性强、破坏性大,处置救助较为困难的自然灾害。森林地面植物群落干燥时,很容易引发森林大火。森林火灾对人身造成的伤害主要来自高温、浓烟和一氧化碳。因此,一旦发现自己身处森林着火区域,应当使用沾湿的毛巾遮住口鼻,附近有水的话最好把身上的衣服浸湿,然后要判明火势大小和燃烧方向,逆风逃生,切勿顺风逃生;躲避不及时,应选在附近没有可燃物的平地卧地避烟。如果被大火包围在半山腰时,要快速向山下跑。一旦大火扑来的时候,如果你处在下风向,要做决死的拼搏,果断地迎风对火突破包围圈。

雪崩

对积雪覆盖的山区而言,雪崩是一种非常危险的灾害,它能摧毁大片森林,掩埋房舍、交通线路、通讯设施和车辆,甚至能堵塞河流,导致临时性的涨水;同时,它还能引起山体滑坡、山崩和泥石流等灾害,被人们称作“白色魔鬼”。在容易发生雪崩的山区活动时,一定要谨慎小心。如果遭遇雪崩,要尽快往山下滑或奔跑,最好能够躲在凸出的岩石后面。

火山喷发

火山喷发是地下深处的高温岩浆及气体、碎屑从地壳中喷出的现象。火山喷发会产生火山灰、熔岩流、热气云、泥石流以及喷飞的碎屑(火山弹)。熔岩流流速较慢,而且扩散面积有限,一般不会对人构成威胁,但热气云、火山灰与火山弹却会致命。火山喷发出具有强酸性的二氧化硫,会伤害肺部与皮肤。如果发现火山活动增强时,应立即远离该地。

洪水

洪水主要是由暴雨造成的河川或水库等决堤所致。要预测局部地区可能发生水患并不困难,因此,在洪水将至时,要及时做好防范措施。得知洪水即将来临时,要储备好饮水、食物、衣服等,转移到安全的高处。

海啸

海啸主要发生在太平洋区域,它是海底地震或海底火山爆发引起的水体振动,是一种具有超强破坏力的灾难性海浪。这种波浪运动可卷起数十米高的巨浪,形成一道能量巨大的“水墙”,冲上海岸后所向披靡,给沿海地带造成巨大破坏。

雪灾

雪灾亦称白灾,是因长时间大量降雪造成大范围积雪成灾的自然现象。雪灾来临时,大雪覆盖大地、植被和建筑物等,形成很厚的积雪。有时积雪虽不深,但雪面覆冰,造成冻害。

雷击

全球每天约发生800万次闪电,平均每秒钟约有2000个地区遭遇雷暴。雷击造成建筑物、电力、通讯和影视设备的破坏,引起火灾,毙伤人畜。雷电通常会击中户外最高的物体尖顶,孤立的高大树木或建筑物往往最容易遭雷击。

台风

台风也叫飓风,它是指发生在热带洋面上的一种强烈的气旋性风暴,风速达到33米/秒以上。台风由从海面上升起的热空气所形成,会产生低气压并结合高速旋转的强风与雷雨。台风来临时,如果在户外,不要接近海岸与河流,最好躲入洞穴或深沟中。

龙卷风

龙卷风的风速最高可达620千米/小时。龙卷风的外形呈漏斗状,其直径通常为25米到数百米之间,有着极大的吸吮作用。经过陆地时,除了最坚固的建筑外,一切都会被它吸到空中。

沙尘暴

沙尘暴是沙尘暴和尘暴两者兼有的总称,是指强风把地面大量沙尘物质吹起卷入空中,使空气特别混浊,水平能见度小于1千米的严重风沙天气现象。

滑坡

斜坡上的岩土体受河流冲刷、地下水活动、地震及人工切坡等影响,在重力作用下沿着一定的软弱面(或软弱带)整体或分散地顺坡下滑,这种现象叫做滑坡,俗称“走山”。滑坡大多数在暴雨或人类活动后突然发生,也有滑坡体经历数年、数十年的缓慢变化后突然滑动的情况。


泥石流

泥石流是含有大量泥沙、石块和巨大砾石的特殊洪流,通常发生在山地沟谷地区。它往往突然爆发,来势凶猛,冲毁道路,堵塞河道,甚至淤埋村庄、城镇,破坏性很强。

图解

野外生存手册

亮点
人文馆 005

九州出版社
JIUZHOU PRESS

编者序:

学会野外生存,确保生命安全

在人类的历史上,我们的祖先曾长期生活在荒野之中,以山川河流为家,与飞禽走兽为伍;凭着本能,与饥饿、寒冷、毒虫、猛兽以及各种自然灾害作斗争。今天,人类社会进入文明时期,一座座城市平地而起,人们逐渐远离山野,远离大自然,不再为衣食住行发愁,不再为人身安全担忧。城市为人们的生活提供了各种保障,人们不再需要记住野外生存的各种技能。然而,人类与大自然是无法分割的:一些人由于职业的原因,需要长期在野外探险与生活;而对于普通人来说,喧嚣的都市生活和高节奏的工作压力,使得人们在繁忙之余,更乐于投身大自然的怀抱,呼吸清新的空气,释放郁积的心情,欣赏绮丽的风光,体验探奇的情趣。随着日益发达的交通及通讯,人们的活动范围在不断扩大,无论你是一个探险家、地质勘探者、摄影家、旅行家、军人,还是一名普普通通的城市居民,都有可能置身于荒僻的野外。因此,对于一个习惯了城市生活的现代人来说,野外生存并非一个与己无关的话题。

所谓野外,即远离人烟的地带,可以是山地、旷野、高原、沙漠,也可以是海洋、岛屿、极地或原始森林。而野外生存,并不是指人们日常生活中的户外活动,也不是指人们在吃、穿、住、行都不用发愁的地方进行的野外活动和一般旅游,而是指在没有任何生活基础设施的野外谋求生存。当我们身处野外时,可能会遇到各种始料未及的事情:水和食物的缺乏、迷失方向、恶劣天气、疾病与伤害、意外事故、自然灾害……如何能够在野外安全地生存下去,这是我们必须考虑的问题。

充分的准备,是保证野外生存中人身安全的重要前提。这些准备主要包括:野外生存装备、野外生存的必需技能以及良好的身体状况和心理素质。只有做足了以上准备,在野外环境中才能驱灾避难、有惊无险;在遇到各种困难和危险时,才能从容面对,而不是惊慌失措、束手无策。

专业的装备能使野外生存更有保障,但通常落难于野外的人们,并没有机会获取这些装备。因此,掌握用现有材料制作简易装备的技能,对于野外生存是十分重要的。此外,还应掌握的野外生存技能有:野外扎营的方法,寻找水源和采集食物的方法,野外取火的方法,在不同地形中行进的方法,防治日常疾病和野外急救的方

法,发送求救信号的方法以及配合营救活动的行动方式,应对各种突发灾难时的自救方法等。掌握以上种种野外生存的方法,无异于把握住自己的生存命脉,当你在野外面临各种困境的时候,才能从容不迫,应对自如,而不至于陷入无望的绝境。

1971年,美国一架飞机在秘鲁上空失事,乘客中有一位16岁的德国姑娘朱利安妮幸运地活了下来。飞机失事后,朱利安妮孤身一人落到热带丛林中。由于朱利安妮在过去的两年中与她的父母同住在南美的一个研究站里,学到了许多如何在热带丛林中求生的宝贵知识:她知道森林中哪些野果可以食用,哪些是有毒的;哪些昆虫是有毒的,要敬而远之;她还知道在丛林中找到一条河,就能顺着河流到达安全地带。最后,朱利安妮凭借着她仅有的一袋饼干和一小块蛋糕,在令许多人丧生的热带丛林中奇迹般地度过了10天,跋涉了25千米后终于得救。而在越南战争期间,一些美军飞行员跳伞落到丛林中,却因缺乏生存知识而丧生。

上面的事例充分说明了平时掌握野外生存知识的重要性。鉴于此,我们组织编写了此书,希望能够帮助读者掌握更多的野外生存技能,在丰富读者知识的同时,也对提高生活质量,保障生命安全,具有非同寻常的意义。

在使用本书提供的某些方法技能时,一定要根据自己的判断小心行事。例如,在检验植物等食物是否安全可食时,一定要严格遵照书中方法依次进行,即便如此,也并非意味着百分之百安全,因为不同人的中毒反应会有差异,对于某些人来说,轻微的中毒也能引起严重的后果。书中介绍的某些陷阱是相当危险的,设置者必须担起责任,确保不会伤害到他人;在设置时也应小心谨慎,避免伤到自己。另外,在学习本书中的生存技能时,读者还应注意保护环境,不可残害动物,尤其不可触犯法律。

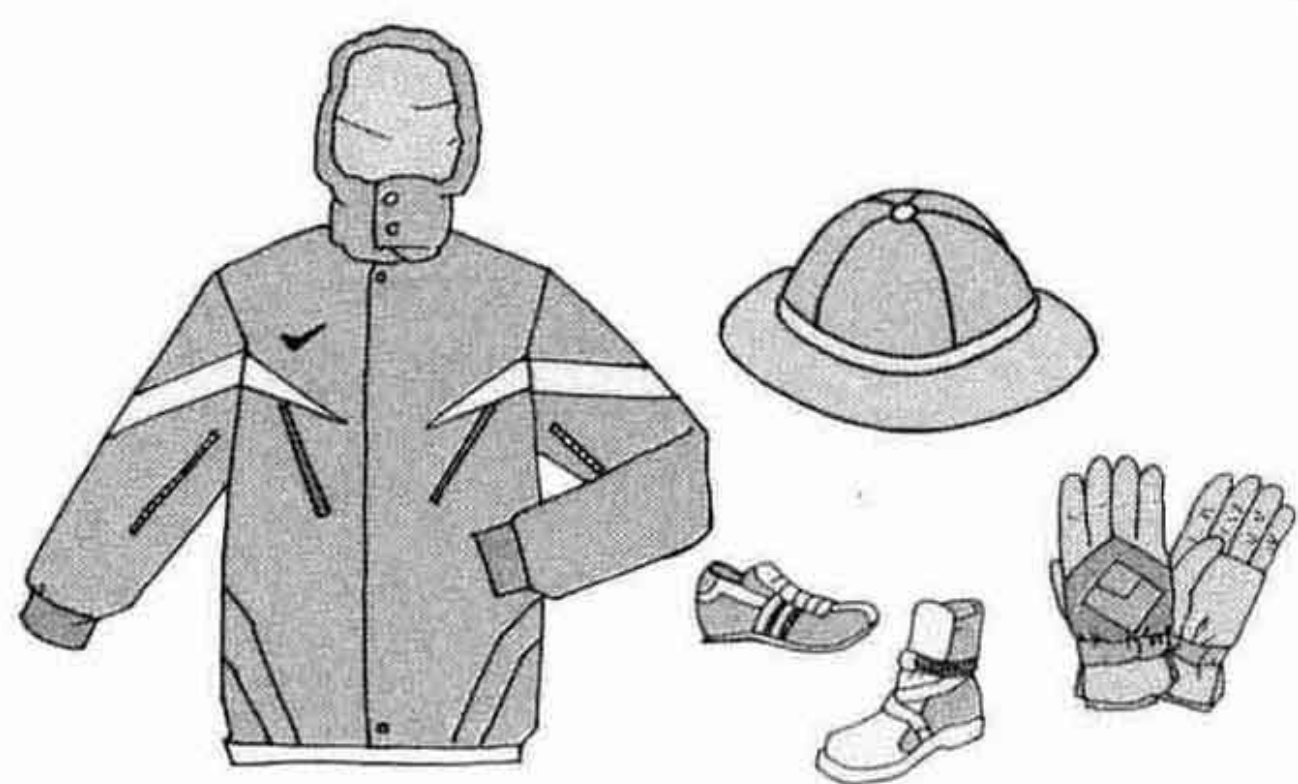
本书采用图文结合的方式,以大量的图画,生动形象地为读者逐步分解、阐释野外生存的方法和技巧,让读者在阅读时一目了然,清晰易懂,印象深刻。本书内容集科学性、知识性和实用性于一体,不仅是一部具有参考价值的工具书,也是陪伴你度过闲暇时光的好伴侣。

编者

2008年12月

第一章

野外生存装备



装备是野外活动安全的保证，同时也能提供一定程度上的方便与舒适。合适的装备，不仅能够很大程度地降低意外发生的可能性，也能帮助我们更好地应付各种突发事件。如今市面上的户外装备五花八门，令人眼花缭乱，一些华而不实的装备对于野外活动实际上起到的作用很小，有的甚至完全成了一种摆设。因此，只有选择合适的装备，才能让出行有备无患。